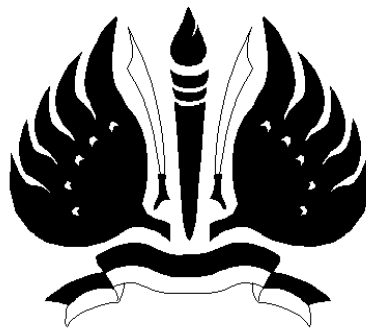


**STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF  
BAGI MURID BERKEBUTUHAN KHUSUS  
DI SEKOLAH LUAR BIASA**

**ARTIKEL PENELITIAN**

**Oleh :  
WIDYA UTAMI PUTRI  
NIM : F38009004**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TANJUNGPURA  
PONTIANAK  
2013**

**STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF  
BAGI MURID BERKEBUTUHAN KHUSUS  
DI SEKOLAH LUAR BIASA C**

**ARTIKEL PENELITIAN**

**WIDYA UTAMI PUTRI  
NIM F38009004**

**Disetujui,**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Prof. Dr. H. Marzuki, MA, M.Ed, SH  
NIP. 194904071976031003**

**Edi Purnomo, M. Or  
NIP. 198301142008011004**

**Mengetahui,**

**Dekan FKIP**

**Sekjur Ilmu Keolahragaan,**

**Dr. Aswandi  
NIP. 195805131986031002**

**Ahmad Atiq, M. Pd  
NIP. 198303042009121002**

# **STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI ADAPTIF BAGI MURID BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA C**

**Widya Utami Putri, Marzuki, Edi Purnomo**

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi FKIP Untan

Email: tamiwidya77@yahoo.com

**Abstrack:** This research aims to describe the of adaptive physical education instructional strategies for student with special needs in school outstanding section C Dharma Asih Pontianak. The method was used descriptive qualitative survey approach. The sample was learn adaptive physical education at school outstanding C Dharma Asih Pontianak. The results obtained, the adaptive physical education learning one adaptive physical education teacher who leads the learning process and assisted five teachers not adaptive physical education. Student learning in delivering mental retardation need to modify the learning that will be delivered as rules are used, devices or media used. On small classes (The level of preparation and SDLB) the learning process is done simultaneously and the same material, similarly in a large class (SMPLB and SMALB) adaptive physical education learning process is done simultaneously and with the same materials as well.

**Keywords:** Adaptive Physical Education Strategies, Pupils With Special Needs

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi pembelajaran Penjas Adaptif bagi murid berkebutuhan khusus di SLB C Dharma ASih Pontianak. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan menggunakan pendekatan survey. Sampel penelitian ini adalah proses pembelajaran Penjas Adaptif di SLB C Dharma Asih Pontianak. Hasil penelitian yang diperoleh, pada pembelajaran Penjas Adaptif 1 guru Penjas Adaptif yang memimpin proses pembelajaran dan dibantu 5 orang guru Non Penjas Adaptif. Pada murid tunagrahita dalam menyampaikan pembelajaran perlu memodifikasi pembelajaran yang akan disampaikan misalnya peraturan yang digunakan, alat atau media yang digunakan. Pembelajaran yang diberikan kepada murid tidak semua murid dapat melakukannya sendiri, bagi murid yang tidak dapat melakukan tugas gerak sendiri maka guru pendamping akan membantu murid tersebut. Pada kelas kecil (Tingkat Persiapan dan SDLB) proses pembelajaran dilakukan bersamaan dan materi yang sama, begitu pula pada kelas besar (SMPLB dan SMALB) proses pembelajaran Penjas Adaptif dilakukan bersamaan dan dengan materi yang sama pula.

**Kata kunci:** strategi pembelajaran Pendidikan jasmani Adaptif, murid berkebutuhan khusus

Pendidikan tidak akan mencapai suatu kesuksesan dan keberhasilan tanpa adanya strategi yang dirancang dan diimplementasikan sebaik mungkin. Strategi merupakan cara, tindakan ataupun keputusan yang diterapkan guru dalam pembelajaran untuk mencapai tujuan dari pembelajaran tersebut. Menurut Sherly (dalam Mulyani Sumantri dan Johar Permana, 1998: 40) merumuskan pengertian “strategi sebagai keputusan-keputusan bertindak yang diarahkan dan keseluruhannya diperlukan untuk mencapai tujuan”. “Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani”. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, yaitu mencakup domain psikomotor, kognitif, dan afektif. Berkaitan dengan Pendidikan Jasmani, perlu ditegaskan bahwa murid berkebutuhan khusus memiliki hak yang sama dengan murid biasa dalam memperoleh pendidikan. Menurut Undang Undang (UU) Sistem Pendidikan Nasional (SPN) no. 20 tahun 2003 Bab IV Pasal 5 ayat 2 dinyatakan bahwa warga- warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, intelektual dan atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus.

Pendidikan Jasmani Adaptif merupakan salah satu mata pelajaran yang berperan penting pada pertumbuhan dan perkembangan murid berkebutuhan khusus. Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif guru juga tidak hanya sekedar menyampaikan materi saja, tetapi juga harus diimbangi dengan pengetahuan. Pemilihan materi dan metode juga harus diperhatikan dan guru juga harus dapat memodifikasi materi pembelajaran yang disampaikan sesuai dengan kondisi murid yang dihadapinya. Oleh karena itu strategi pembelajaran harus dirancang dan direncanakan dengan baik, serta diimplementasikan dengan benar. Kenyataan di lapangan guru-guru yang mengajar olahraga di Sekolah Luar Biasa Dharma Asih Pontianak tidak semuanya berlatar belakang Pendidikan Jasmani dan Olahraga, untuk mengajar murid normal saja guru harus menggunakan strategi yang tepat agar apa yang menjadi tujuan dalam pendidikan dapat tercapai, apalagi pada murid berkebutuhan khusus. Hasil penelitian Beltasar Tarigan menemukan bahwa ”95% guru Pendidikan Jasmani Adaptif tidak berlatar belakang Pendidikan Jasmani atau olahraga (dalam Andi Suntoda S dan Vidia Andriyani).

Pada murid tunagrahita diperlukan cara-cara khusus dalam menyampaikan pembelajaran dan guru juga harus lebih sabar dalam mengajar, dalam menghadapi murid tunagrahita diperlukan cara-cara khusus karena seperti yang diketahui murid tunagrahita memiliki intelegensi dibawah rata-rata murid normal. Sehingga hal inilah yang menjadi pertanyaan apakah guru-guru Sekolah Luar Biasa bagian C Dharma Asih Pontianak mampu menerapkan strategi yang mencakup metode, materi, penggunaan alat, dan evaluasi yang tepat terhadap murid tunagrahita. Harapannya guru yang mengajar Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa Dharma Asih Pontianak mempunyai pengetahuan dan pemahaman dalam memilih strategi yang tepat. Baik pemilihan metode yang digunakan untuk menghadapi murid dengan masing-masing ketunaan yang berbeda, maupun memodifikasi pembelajaran yang sesuai dengan murid yang dihadapi, agar tercapai tujuan dari pembelajaran tersebut sesuai dengan standar kompetensi yang telah ditentukan. Fokus penelitiannya adalah bagaimana strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi murid berkebutuhan khusus di

Sekolah Luar Biasa C Dharma Asih Pontianak yang dilakukan oleh guru Pendidikan Jasmani Adaptif. tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi murid berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa C Dharma Asih Pontianak

Kemp (dalam Wina Sanjaya 2006: 126) strategi pembelajaran adalah “Suatu kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan murid agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien”. Sedangkan Dick dan Carey (dalam Wina Sanjaya 2006: 126) menyebutkan bahwa “Strategi pembelajaran itu adalah suatu set materi dan prosedur pembelajaran yang digunakan secara bersama-sama untuk menimbulkan hasil belajar pada siswa”. Gerlach dan Ely (dalam [http:// dedi26. blogspot. com/ 2012/ 06/ pengertian-strategi-pembelajaran. html](http://dedi26.blogspot.com/2012/06/pengertian-strategi-pembelajaran.html)) “Strategi pembelajaran yaitu spesifikasi untuk menyeleksi serta mengurutkan peristiwa belajar atau kegiatan belajar dalam suatu pelajaran”. Bagian ini menjelaskan mengenai media dan alat yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran yang akan menunjang pencapaian standar kompetensi atau kompetensi dasar yang ditentukan dan memuat jenis pendekatan atau metode yang dipilih atau digunakan. Dan dalam penilaian proses pembelajaran meliputi membuka pelajaran, penyampaian materi, interaksi pembelajaran, penguasaan materi, pengelolaan kelas, penggunaan waktu, mengevaluasi dan menutup pelajaran. Ada beberapa komponen yang perlu diperhatikan dalam menentukan strategi pembelajaran yang akan digunakan agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Dick dan Carey ada 5 komponen strategi pembelajaran, yakni kegiatan pembelajaran pendahuluan, penyampaian informasi, partisipasi siswa, tes dan kegiatan lanjutan. Sedangkan Gagne dan Briggs komponen strategi pembelajaran adalah memberikan motivasi atau menarik kesimpulan, menjelaskan tujuan pembelajaran kepada siswa, mengingatkan kompetensi prasyarat, memberi stimulus (masalah, topik, konsep), memberi petunjuk belajar (cara mempelajari), menimbulkan penampilan siswa, memberi umpan balik, menilai penampilan, menyimpulkan (dalam [http://blog. persimpangan. com/blog/2007/08/17/ komponen-strategi-pembelajaran/](http://blog.persimpangan.com/blog/2007/08/17/komponen-strategi-pembelajaran/)).

Rowntree (2006: 128) mengelompokkan kedalam strategi penyampaian penemuan atau *exposition discovery learning*, dan strategi pembelajaran kelompok dan strategi pembelajaran individual atau *groups individual learning* Di dalam kegiatan pembelajaran terdapat berbagai macam strategi, setidaknya menurut Reigeluth dan Degeng (dalam [http://coretanseadanya. blogspot. com/2012/09/strategi-pembelajaran.html](http://coretanseadanya.blogspot.com/2012/09/strategi-pembelajaran.html)) terdapat tiga strategi yang berkaitan dengan pembelajaran, berikut inti sarinya: Strategi Pengorganisasian Pembelajaran, Strategi Penyampaian Pembelajaran, dan Strategi Pengelolaan Pembelajaran.

strategi pembelajaran merupakan suatu perencanaan atau siasat yang digunakan guru dalam proses pembelajaran untuk pencapaian tujuan dari proses pembelajaran tersebut, baik dari perencanaan tindakan dan keputusan yang akan dilakukan pada proses pembelajaran, mengimplementasikannya kedalam proses pembelajaran dan digunakan pada saat pelaksanaan evaluasi pada proses pembelajaran tersebut. Begitu juga dengan Pendidikan Jasmani Adaptif terdapat berbagai macam strategi yang dapat digunakan dalam proses pembelajarannya, guru

harus tanggap dalam memilih dan menentukan strategi yang akan digunakan pada materi yang akan disampaikan, apalagi murid yang akan dihadapi tingkat kesulitan dan kebutuhannya tidak sama antara murid satu dengan murid lainnya. Secara singkat strategi pembelajaran, pada dasarnya mencakup empat hal utama, yaitu (1) penetapan tujuan pengajaran, (2) pemilihan sistem pendekatan belajar mengajar, (3) pemilihan dan penetapan prosedur, metode dan teknik belajar mengajar, dan (4) penetapan kriteria keberhasilan proses belajar mengajar dari evaluasi yang dilakukan Twelker (dalam Mulyani Sumantri dan Johar Permana, 1998/1999: 41).

Undang Undang No. 14 tahun 2005 guru adalah pendidik professional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar dan pendidikan menengah. Jadi, guru Pendidikan Jasmani merupakan pendidik atau pengajar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Sedangkan guru Pendidikan Jasmani Adaptif merupakan pendidik atau pengajar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani pada murid berkebutuhan khusus. Andi Yudha (dalam [Http:// laminsmp. blogspot. Com/2012/04/ ciri-ciri-guru-kreatif.html](http://laminsmp.blogspot.Com/2012/04/ciri-ciri-guru-kreatif.html). diakses 25 januari 2013) menyatakan guru yang baik dan favorit yaitu “FOR CHILDREN” yaitu: Fleksibel, Optimis, Respect, Cekatan, Humoris, inspiratif, Lembut, Disiplin, Responsif, Empatik, dan Nge-friend.

Sebagaimana dijelaskan betapa besar dan strategisnya peran Pendidikan Jasmani dalam mewujudkan tujuan pendidikan bagi murid berkebutuhan khusus, maka Arma Abdoellah (1996: 4) memerinci tujuan pendidikan Jasmani adaptif bagi ABK sebagai berikut: Untuk menolong siswa mengkoreksi kondisi yang dapat diperbaiki, Untuk membantu siswa melindungi diri sendiri dari kondisi apapun yang memperburuk keadaannya melalui Penjas tertentu, Untuk memberikan kesempatan pada siswa mempelajari dan berpartisipasi dalam sejumlah macam olah raga dan aktivitas jasmani, waktu luang yang bersifat rekreatif, Untuk menolong siswa memahami keterbatasan kemampuan jasmani dan mentalnya, Untuk membantu siswa melakukan penyesuaian sosial dan mengembangkan perasaan memiliki harga diri, Untuk membantu siswa dalam mengembangkan pengetahuan dan apresiasi terhadap mekanika tubuh yang baik, Untuk menolong siswa memahami dan menghargai macam olah raga yang dapat diminatinya sebagai penonton. Beltasar Tarigan (2008: 15) “Pendidikan Jasmani Adaptif bertujuan untuk merangsang perkembangan anak secara menyeluruh dan diantara aspek penting yang dikembangkan adalah konsep diri yang positif”. Jadi, dari beberapa pendapat di atas dapat disarikan bahwa tujuan dari Pendidikan Jasmani Adaptif untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan secara menyeluruh baik jasmani, mental, emosional dan sosial, diantaranya aspek penting yang dikembangkan adalah konsep diri yang positif.

Arma Abdoellah (1996: 9) keuntungan yang diperoleh bila berpartisipasi secara aktif dalam program kegiatan Pendidikan Jasmani adalah sebagai berikut: manfaat bagi jasmani, manfaat bagi keterampilan gerak, manfaat bagi kesegaran, keuntungan emosional, keuntungan sosial, keuntungan bagi kecerdasan. Sedangkan Bucher (1979: 114) mengemukakan manfaat pendidikan jasmani bagi

anak dengan kebutuhan khusus, yaitu: membantu mengenali kelainannya dan mengarahkannya pada penanganan yang sesuai, memberi kebahagiaan bagi orang yang tidak normal, memberi pengalaman bermain yang menyenangkan, membantu anak mencapai kemampuan dan latihan fisik sesuai dengan keterbatasannya, memberi banyak kesempatan mempelajari keterampilan yang sesuai dengan anak-anak yang memiliki kelainan untuk meraih sukses, berperan bagi kehidupan yang lebih produktif bagi anak dengan kebutuhan khusus dengan mengembangkan kualitas fisik yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan hidup sehari-hari.

Agar dapat memberikan pelayanan secara optimal guru harus memiliki kemampuan dan keterampilan khusus dalam mengelola pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif. Arma Abdoellah (1996: 5), peran dari mereka yang terlibat dalam perencanaan dan pelaksanaan Pendidikan Jasmani Adaptif adalah sebagai berikut: Memberikan pelayanan langsung kepada siswa-siswa yang berkelainan dan keluarga mereka, memberikan latihan pra-jabatan dan/atau dalam jabatan. setiap murid berkebutuhan khusus memiliki kelainan yang berbeda-beda sehingga kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan setiap murid juga tidak akan sama. Untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan murid tersebut guru dapat memodifikasi pembelajaran Pendidikan Jasmani sesuai dengan keadaan pembelajaran yang dihadapi. Beltasar Tarigan (2008: 88) faktor-faktor yang perlu dimodifikasi dan disesuaikan para guru dalam upaya meningkatkan dengan siswa adalah sebagai berikut: 1) penggunaan bahasa, 2) membuat konsep yang konkret, 3) membuat urutan tugas, 4) ketersediaan waktu belajar, dan 5) pendekatan “multisensori”. Beltasar Tarigan (2008: 63) ada beberapa faktor yang perlu mendapat pertimbangan dalam menentukan jenis dan materi pembelajaran penjas bagi siswa: Pelajari rekomendasi dan diagnosis dokter yang menanganinya, Temukan faktor dan kelemahan-kelemahan siswa berdasarkan hasil tes Pendidikan Jasmani, Olahraga kesenangan apa yang paling diminati siswa.

Sekolah Luar Biasa bagian C merupakan sekolah yang disediakan khusus bagi murid-murid yang mengalami integensi dibawah rata-rata murid normal atau disebut dengan tunagrahita. Beltasar Tarigan (2008: 40) pengertian keterbelakangan mental sangat luas dan menyeluruh. Yaitu fungsi intelektual yang secara umum berada dibawah rata-rata, berarti levelnya berada pada dua atau lebih simpangan baku dibawah skor rata-rata standar. Jadi, pada penderita tunagrahita memiliki intelegensi dibawah rata-rata. Tunagrahita dibagi menjadi tiga, mental tinggi, mental rendah, dan berkesulitan belajar spesifik (Suparno, 2007: 12). Pada murid yang memiliki mental dibawah rata-rata strategi yang digunakan tidak dapat disamakan dengan murid normal pada umumnya, strategi harus dirancang khusus karena kebutuhan dari setiap murid tidak akan sama dikarenakan perbedaan karakteristik dan tingkat kesulitan siswa. Strategi yang dapat digunakan dalam pembelajaran murid tunagrahita (<http://blog.uin-malang.ac.id/ansur/2011/06/14/strategi-pembelajaran-bagi-anak-berkebutuhan-khusus/>) antara lain: Strategi pembelajaran yang diindividualisasikan, Strategi kooperatif, Strategi modifikasi tingkah laku. Pada murid tunagrahita, proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif menggunakan strategi pembelajaran yang diindividualisasi, dimana materi yang diberikan disesuaikan dengan keadaan

murid yang dihadapi baik dari tingkat kebutuhannya, kemampuannya, bahkan kekurangan atau hambatan yang dimilikinya. Agar setiap murid dapat memperoleh manfaat dari pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif. Pada murid tunagrahita juga digunakan strategi kooperatif, dimana murid yang satu dapat belajar dari teman lainnya atau kerja sama. Pada murid tunagrahita juga perlu dilakukan berbagai modifikasi baik dari kurikulum pembelajaran, medianya (materi atau alat yang digunakan) disesuaikan dengan murid tunagrahita, maupun lingkungan atau sarana fisik, semuanya harus dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan murid tunagrahita.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan survey, yaitu menggambarkan strategi pembelajaran Penjas Adaptif bagi murid berkebutuhan khusus di SLB Dharma Asih Pontianak. Populasi penelitian ini adalah proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif di SLB bagian C Dharma ASih Pontianak selama 1 semester tahun 2013 dengan sampel strategi pembelajaran Penjas Adaptif di SLB bagian C Dharma Asih Pontianak sebanyak 12 kali pertemuan, 6 kali pertemuan pada Tingkat Persiapan dan SDLB (Kelas kecil) dan 6 kali pertemuan pada SMPLB dan SMALB (Kelas besar). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* (sampel bertujuan) yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan Kepala Sekolah dan peneliti. Pengambilan sampel hingga data dianggap jenuh.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah tehnik observasi langsung kelapangan pada saat proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif, teknik wawancara langsung pada guru Pensisikan Jasmani Adaptif dan guru pendamping, dan teknik dokumentasi yaitu mengumpulkan berbagai gambar atau data yang mendukung penelitian ini. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara. Data yang telah dikumpulkan melalui observasi langsung pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif, wawancara langsung kepada guru Pendidikan Jasmani Adaptif dan guru pendamping serta gambar dan data yang dikumpulkan melalui dokumentasi sehingga didapat gambaran atau kesimpulan mengenai strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi murid berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa C Dharma Asih Pontianak.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada Sekolah Luar Biasa C Dharma Asih Pontianak. Melalui teknik pengambilan sampel yang digunakan, maka terpilihlah strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi murid berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa C Dharma Asih Pontianak sebagai sampel dalam penelitian. Sebelum melakukan penelitian peneliti menyiapkan berbagai keperluan yang akan digunakan dalam penelitian, seperti handycam dan kamera yang akan digunakan untuk merekam kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif, merekam hasil wawancara kepada guru Pendidikan Jasmani Adaptif dan guru



pendamping, dan untuk mengumpulkan data berupa foto-foto yang mendukung penelitian ini. peneliti juga telah memberi arahan kepada 3 orang teman yang akan membantu dalam penelitian. Pada saat pembelajaran 1 orang guru Pendidikan Jasmani Adaptif memimpin proses pembelajaran dan dibantu oleh 5 orang guru Non Pendidikan Jasmani Adaptif. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa C Dharma Asih Pontianak pada Tingkat Persiapan dan SDLB (Kelas kecil) dilakukan bersamaan yaitu 1 kali dalam 1 minggu yaitu pada hari Selasa dan materi yang diberikan juga sama. Begitu juga pada SMPLB dan SMALB (Kelas besar) dilakukan bersamaan, yaitu 1 kali dalam 1 minggu pada hari Rabu dan materi yang diberikan juga sama.

pada saat proses pembelajaran tidak semua dapat melakukan tugas gerak yang diberikan, jadi pada murid yang tidak dapat melakukan tugas gerak yang diberikan maka guru pendamping akan membantu dan mengarahkan murid dalam melakukan tugas gerak tersebut. Dalam menyampaikan materi kepada murid tunagrahita diperlukan berbagai modifikasi, baik dari peraturan maupun alat dan bahan yang digunakan. Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa bagian C Dharma Asih Pontianak dilaksanakan 2 kali dalam seminggu, yaitu pada hari Selasa dan Rabu. Pembelajaran dimulai dari pukul 07.30-09.00 Pada hari Selasa pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif untuk kelas kecil, yaitu tingkat persiapan dan SDLB. Sedangkan pada hari Rabu untuk kelas besar yaitu SMPLB dan SMALB. Pada kelas kecil proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif tingkat persiapan dan SDLB digabungkan sehingga pembelajaran dilakukan bersamaan dan materi yang diberikan juga sama. Begitu juga dengan kelas besar pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif SMPLB dan SMALB digabungkan, pembelajaran dilakukan bersamaan dan diberikan materi yang sama pula.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memberikan materi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif, karena pada setiap tingkat tunagrahita memiliki kebutuhan dan kemampuan yang berbeda-beda, misalnya pada pemilihan materi yang akan diberikan karena tidak semua olahraga dapat diberikan pada murid tunagrahita, seperti olahraga yang berat-berat dan olahraga dengan tingkat resiko yang tinggi. Ada gerakan-gerakan tertentu yang tidak boleh diberikan pada murid tunagrahita, seperti memutar-mutar kepala atau memutar-mutar lutut pada saat melakukan stretching, gerakan tersebut tidak dapat diberikan pada murid tunagrahita karena murid tunagrahita memiliki kelemahan pada sendi-sendinya. Oleh karena itu apabila tetap diberikan akan berbahaya bagi murid tunagrahita karena dapat menyebabkan cidera.

Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif guru memodifikasi permainan atau olahraga kedalam bentuk permainan yang menyenangkan dan tidak membosankan agar menciptakan rasa gembira dan senang pada murid saat melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif. Pada murid tunagrahita yang memiliki prestasi olahraga yang baik, diberikan materi pembelajaran yang hampir sama dengan murid normal pada umumnya. Namun, pada murid tunagrahita yang sulit dalam pembelajaran, guru memberikan materi yang disederhanakan sesederhana mungkin agar dapat dilakukan oleh murid tersebut. Sehingga murid tetap dapat melakukan gerak. Pada pembelajaran

Pendidikan Jasmani Adaptif guru yang mengajar dalam 1 TIM terdiri dari 1 guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif dan 5 orang guru yang mendampingi. 1 orang guru mendampingi beberapa murid, karena ada beberapa murid yang tidak boleh lepas dari pantauan gurunya. Berikut ini pendeskripsian proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Sekolah Luar Biasa bagian C Dharma Asih Pontianak:

### **Pembahasan**

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa Dharma Asih Pontianak dilakukan 2x dalam 1 minggu, yaitu pada hari Selasa dan hari Rabu, dengan alokasi waktu 2 x 45 menit. Dimana pada hari Selasa pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi tingkat persiapan dan SDLB. Pada hari Rabu pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi SMPLB dan SMALB. Selain pembelajarannya yang dilakukan bersamaan, materi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif yang diberikan juga sama. Sedangkan standar kompetensi dan kompetensi dasar pada setiap kelas itu berbeda-beda apalagi pada setiap tingkatan. Kebutuhan pada tiap murid juga berbeda-beda.

Pada saat proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif guru memberikan stretching dinamis dan statis. Pada stretching dinamis misalnya menggeleng-gelengkan kepala kekanan dan kekiri, keatas dan kebawah. Sedangkan pada murid tunagrahita, gerakan-gerakan tersebut harus dihindarkan karena akan berbahaya dan dapat mengakibatkan cedera bagi murid tunagrahita. Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif murid juga diberikan dasar-dasar berjalan yang baik dan benar. Misalnya melangkah kedepan, kebelakang, kekanan dan kekiri. Karena pada umumnya murid tunagrahita sulit berjalan dengan posisi atau sikap yang benar, keseimbangan koordinasi mata dan kaki pada murid tunagrahita sangat kurang, murid tunagrahita cenderung suka diam dan termenung. Sehingga diperlukan latihan berjalan yang baik dan benar agar dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada murid. Gerak sangat penting bagi kehidupan, karena apabila kekurangan gerak dapat menimbulkan penyakit kekurangan gerak yang disebut hipokinetik.

Di Sekolah Luar Biasa bagian C Dharma Asih Pontianak pembelajaran lebih banyak diberikan berupa permainan. Didalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif salah satu metode yang cocok digunakan bagi murid tunagrahita adalah metode pendekatan bermain, karena sebagian besar murid tunagrahita menyukai bermain dan dengan bermain akan memberikan murid rasa senang dan gembira. Sehingga anak lebih bersemangat dan bergairah dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif. “bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa menggunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberi informasi, memberi kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada siswa. (Sudono, 2001:1)”

Pada murid tunagrahita setiap individu memiliki tingkat kebutuhan yang berbeda-beda antara tuna grahita tinggi, tunagrahita sedang, tunagrahita rendah dan berkesulitan belajar. Pada murid yang tidak dapat melakukan pembelajaran yang diperintahkan guru akan membantu dan mendampingi murid tersebut. Guru harus sabar dalam menghadapi murid-muridnya. Waktu pembelajaran Pendidikan

Jasmani Adaptif 2 x 45 menit, waktu yang tersedia digunakan semaksimal mungkin pada Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif. Dimana sebelum masuk ke materi pembelajaran murid terlebih dahulu melakukan pemanasan. Hanya saja setelah melaksanakan proses pembelajaran tidak ada kegiatan penutup pembelajaran atau pendinginan.

Standar kompetensi dan kompetensi dasar pada setiap tingkatan kelas berbeda-beda, sedangkan pada Sekolah Luar Biasa bagian C Dharma Asih Pontianak pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Tingkat Persiapan dan SDLB (kelas kecil) begitu pula SMPLB dan SMALB (kelas besar) digabung dan dilakukan bersamaan. Sehingga strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif belum maksimal digunakan. Dan tujuan dari pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif sebagian besar belum tercapai.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan data yang terkumpul dari hasil observasi langsung ke lapangan, wawancara dengan guru Pendidikan Jasmani Adaptif dan guru-guru yang mendampingi, serta dokumentasi dokumentasi yang dikumpulkan. Sehingga, dapat di deskripsikan strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif di Sekolah Luar Biasa bagian C di Dharma Asih Pontianak. Berdasarkan data yang telah diperoleh dapat ditarik kesimpulan: Materi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif pada kelas kecil yaitu tingkat persiapan dan SDLB yang diberikan sama. Misalnya, lempar sasaran, kucing-kucingan, lari melewati ban. Begitu juga dengan kelas besar SMPLB dan SMALB materi pembelajaran yang diberikan sama. Misalnya, lari estafet, latihan gerak dasar, latihan jalan, dan semuanya dengan peraturan yang dimodifikasi. Pada saat pembelajaran murid yang tidak dapat melakukan kegiatan gerak dalam pembelajaran sendiri dibantu oleh guru pendamping. Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif pada kelas kecil (Tingkat Persiapan dan SDLB) lebih banyak pada permainan. Karena pada umumnya anak tunagrahita senang bermain.

Pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif 1 orang guru Pendidikan Jasmani Adaptif memimpin kegiatan pembelajaran dan dibantu 5 orang guru Non-Pendidikan Jasmani Adaptif untuk mendampingi dan mengawasi murid. Strategi pembelajaran yang digunakan guru dalam mengajar disesuaikan dengan murid yang dihadapi. Murid yang tidak dapat melakukan tugas gerak atau aktivitas gerak sendiri, maka guru pendamping akan membantu dan mengarahkan murid tersebut melakukan tugas gerak atau aktivitas gerak yang diperintahkan. Pada kelas besar pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif lebih banyak gerak dasar dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi. Selesai melakukan kegiatan inti pembelajaran murid langsung diarahkan masuk ke kelas masing-masing

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan-kesimpulan dari penelitian ini, maka diperlukan saran-saran untuk memperbaiki dan menjadi masukan. Saran-saran yang dapat

diberikan antara lain: Guru yang mengajar Pendidikan Jasmani Adaptif diberikan seminar atau pelatihan mengenai strategi pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi murid tunagrahita, Pada kelas kecil guru yang mendampingi ditambah lagi, agar guru dapat lebih fokus mengawasi murid-muridnya, karena pada kelas kecil murid lebih sulit diatur dibandingkan dengan kelas besar, Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif diberikan sesuai kebutuhan murid, sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Arma Abdoellah. 1996. *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Jakarta: Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Andi Suntoda dan Santi Vidia Andriani. Kemampuan Guru Pendidikan Jasmani Adaptif Dalam Melaksanakan Program Pembelajaran Di SLB Bagian A Kota Bandung.  
[http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/195806201986011-ANDI\\_SUNTODA\\_SITUMORANG/Jurnal\\_3-.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/195806201986011-ANDI_SUNTODA_SITUMORANG/Jurnal_3-.pdf). Diakses 07 November 2012.
- Bayu'zu. 2012. *Pengertian Guru*. <http://bayuzu.blogspot.com/2012/07/pengertian-guru.html>. diakses 25 januari 2013.
- Dikti. Undang Undang Pendidikan. <http://archive.web.dikti.go.id/2009/UUn20th2003-Sisdiknas.htm>. Diakses 25 Januari 2013.
- Fastabiqul Khairot. 2013 . *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif*.  
<http://blog.uin-malang.ac.id/ansur/2011/06/14/strategi-pembelajaran-bagi-anak-berkebutuhan-khusus/>. Diakses 07 Februari 2013
- Persimpangan. 2007. *Komponen-komponen Strategi Pembelajaran*.  
<http://blog.persimpangan.com/blog/2007/08/17/komponen-strategi-pembelajaran/>. Diakses 25 januari 2013.
- Coretan Seadanya. 2012. *Strategi Pembelajaran*. <http://coretanseadanya.blogspot.com/2012/09/strategi-pembelajaran.html>. diakses 25 januari 2013.
- Lamin SMP. 2012. *Ciri-ciri Guru Kreatif*. [http:// laminsmp. blogspot. Com/2012/04/ ciri-ciri-guru-kreatif.html](http://laminsmp.blogspot.com/2012/04/ciri-ciri-guru-kreatif.html). diakses 25 januari 2013.
- Mulyani Sumantri dan Johar Permana. 1999. *Strategi Belajar Mengajar*. Proyek Pendidikan Guru Sekolah Dasar.
- Wina Sanjaya. 2006. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Prenada Media.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suparno. 2007. *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Beltasar Tarigan. 2008. *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Jakarta: Jurusan Pendidikan Olahraga.